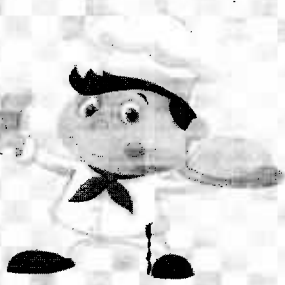


# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Директор школы

Утверждаю:

## МЕНЮ по столовой школы №3 на 9 марта 2022 года

Комплексы

с 7-11 лет

Наименование блюд	Выход, г	Цена-руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>						
Каша пшеничная молочная вязкая	180	9-04	7,8	4,27	35,9	212,4
Сыр порцией	10	6-65	2,3	3	0,0	36,0
Кофейный напиток с молоком	183,4	9-49	2,9	2,4	14,6	92,3
Булка школьная	30	1-17	2,3	1,1	15,7	81,9
<b>ИТОГО:</b>		<b>26-35</b>	<b>15,3</b>	<b>10,8</b>	<b>66,2</b>	<b>422,6</b>
<b>Завтрак</b>						
Салат из вареной свеклы с маслом	40	2-58	0,7	1,7	2,8	29,1
Биточки паровые из говядины с соусом сметанным	96 (60/36)	33-37	9,1	9,4	7,8	136,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	11-99	8,9	4,1	39,9	232,0
Чай с сахаром и лимоном	186/14/6,5	2-81	0,1	0,0	14,1	57,7
Ватрушка с конфитюром	60	6-08	3,6	2,4	35,3	177,6
Булка школьная	30	1-17	2,3	1,1	15,7	81,9
<b>ИТОГО:</b>		<b>58-00</b>	<b>24,7</b>	<b>18,7</b>	<b>115,6</b>	<b>715,1</b>
<b>Завтрак</b>						
Салат из вареной свеклы с маслом	40	2-58	0,7	1,7	2,8	29,1
Биточки паровые из говядины с соусом сметанным	96 (60/36)	33-37	9,1	9,4	7,8	136,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	11-99	8,9	4,1	39,9	232,0
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3-03	0,1	0,0	15,2	62
Булочка «Домашняя»	50	3-07	3,6	6,3	22	159,0
Булка школьная	30	1-17	2,3	1,1	15,7	81,9
<b>ИТОГО:</b>		<b>55-20</b>	<b>24,7</b>	<b>22,6</b>	<b>103,4</b>	<b>700,8</b>
<b>Обед</b>						
Салат из вареной свеклы с маслом	33,6	2-17	0,6	1,4	2,4	24,4
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	6-94	1,5	3,9	9,4	78,7
Биточки паровые из говядины с соусом сметанным	96 (60/36)	33-37	9,1	9,4	7,8	136,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	11-99	8,9	4,1	39,9	232,0
Чай с сахаром и лимоном	200/15	1-57	0,1	0,0	15	60
Булка школьная	50	1-96	3,8	1,8	26,2	136,5
<b>ИТОГО:</b>		<b>58-00</b>	<b>24,0</b>	<b>20,6</b>	<b>100,7</b>	<b>668,4</b>

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»: Русскова М.Д.

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ: Филиппова А.Г.

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ: \_\_\_\_\_

# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Директор школы

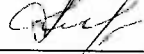
Утверждаю:

## МЕНЮ по столовой школы № 3 на 9 марта 2022 года

Комплексы

с 12-18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
<b>Завтрак</b>						
Каша пшеничная молочная вязкая	250	12-56	10,9	5,9	49,9	295,0
Сыр порцией	10	6-65	2,3	3	0,0	36,0
Масло порцией	5	3-19	0,04	3,6	0,07	33,0
Чай с сахаром и лимоном	183,6/13,8/6,4	2-78	0,1	0,0	14	56,9
Булка школьная	30	1-17	2,3	1,1	15,7	81,9
<b>ИТОГО:</b>		<b>26-35</b>	<b>15,6</b>	<b>13,6</b>	<b>79,6</b>	<b>502,8</b>
<b>Завтрак</b>						
Салат из вареной свеклы с зеленым горошком	76,2	7-57	1,2	3,3	5,3	55,4
Биточки паровые из говядины с соусом сметанным	96(60/36)	33-37	9,1	9,4	7,8	136,8
Рис отварной	180	9-40	4,4	6,4	44,1	251,6
Кисель из концентрата	200	3-69	0,1	0,0	24,5	114,6
Булка школьная	30	1-17	2,3	1,1	15,7	81,9
<b>ИТОГО:</b>		<b>55-20</b>	<b>17,1</b>	<b>20,2</b>	<b>97,4</b>	<b>640,3</b>
<b>Обед</b>						
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	8-67	1,9	4,9	11,8	98,4
Биточки паровые из говядины с соусом сметанным	96(60/36)	33-37	9,1	9,4	7,8	136,8
Рис отварной	180	9-40	4,4	6,4	44,1	251,6
Чай с сахаром	180/13,5	1-41	0,1	0,0	13,5	54,0
Булка школьная	60	2-35	4,6	2,2	31,4	163,8
<b>ИТОГО:</b>		<b>55-20</b>	<b>20,1</b>	<b>22,9</b>	<b>108,6</b>	<b>704,6</b>

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»:  Русскова М.Д.

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ:  Филиппова А.Г.

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ: 